Washington State Department of Health
Updated March 14, 2022 Punjabi
DOH 820-131

ਕੋਵਿਡ-19 ਦੌਰਾਨ ਮਾਸਕ ਸੰਬੰਧੀ ਹਿਦਾਇਤਾਂ

14 ਮਾਰਚ, 2022 ਦੀਆਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦਾ ਸਾਰ

- ਇਸਨੂੰ ਸਿਹਤ ਸਕੱਤਰ ਦੇ ਮਾਸਕ ਸੰਬੰਧੀ ਹੁਕਮ (ਸਿਰਫ਼ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ) ਅਤੇ ਗਵਰਨਰ ਦੀ ਘੋਸ਼ਣਾ (ਸਿਰਫ਼ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ) ਦੀਆਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਨਾਲ ਇਕਸਾਰਤਾ ਬੈਠਾਉਣ ਲਈ ਅੱਪਡੇਟ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਜਾਣ-ਪਛਾਣ

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਮਾਸਕ ਪਾਉਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਦੂਜੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਇਸ ਮਹਾਮਾਰੀ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦਿੰਦੇ ਹੋਏ, ਅਸੀਂ ਸਿੱਖਿਆ ਹੈ ਕਿ ਕੁਝ ਅਜਿਹੇ ਸਮੇਂ ਅਤੇ ਸਥਾਨ ਹਨ ਜਿੱਥੇ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਕੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਸੰਚਾਰ ਨੂੰ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਤੋਂ ਦੂਜੇ ਵਿਅਕਤੀ ਤੱਕ ਫੈਲਾਅ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਹੱਦ ਤੱਕ ਘੱਟ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਾਨਾਂ ਬਚਾਈਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਆਰਥਿਕਤਾ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਸਮਝਦਾਰੀ ਨਾਲ ਖੁੱਲ੍ਹਾ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤਰਤੀਬੱਧ ਰੋਕਥਾਮ ਦੀਆਂ ਰਣਨੀਤੀਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਾਰੇ ਟੀਕੇ ਲਗਵਾਉਣ ਅਤੇ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣ ਨਾਲ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਣਾਲੀ 'ਤੇ ਦਬਾਅ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ - ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਜਦੋਂ ਸੰਚਾਰ ਵੱਡੇ ਪੱਧਰ ’ਤੇ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ।

Centers for Disease Control and Prevention (CDC, ਰੋਗ ਨਿਯੰਤਰਣ ਅਤੇ ਰੋਕਥਾਮ ਕੇਂਦਰ) ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ, ਕੁਝ ਮਾਸਕ ਅਤੇ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਉਪਕਰਣ ਦੂਜਿਆਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਉੱਚ ਪੱਧਰੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਕੁਝ ਨੂੰ ਸਹਿਣ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਲਗਾਤਾਰ ਪਹਿਨਣਾ ਦੂਜਿਆਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਇੱਕ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਫਿੱਟ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਮਾਸਕ ਜਾਂ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਾਲਾ ਉਪਕਰਣ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਪਹਿਨਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਜੋ ਚੰਗੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੇ। ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮਾਸਕ ਅਤੇ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਉਪਕਰਣਾਂ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਬਾਰੇ CDC ਦੇ ਵੈੱਬਪੇਜ 'ਤੇ ਲੱਭੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਉਹ ਲੋਕ ਡ੍ਰੈਪ ਸ਼ੀਲਡ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਵਿਕਾਸ, ਵਿਵਹਾਰ, ਜਾਂ ਮੈਡੀਕਲ ਹਾਲਤਾਂ ਕਾਰਨ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣ ਤੋਂ ਮਨਾਹੀ ਹੈ। ਕੱਪੜੇ ਦੇ ਡ੍ਰੈਪ ਵਾਲੀਆਂ ਫੇਸ ਸ਼ੀਲਡਾਂ ਵੀ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ; ਜਿਸਨੂੰ ਸਮੇਤ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ, ਡੇਅ ਕੈਂਪ, ਅਤੇ K-12 ਦੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਦੁਆਰਾ ਵੀ ਵਰਤਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੇਕਰ ਇੱਕ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਫਿੱਟ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਮਾਸਕ ਨੂੰ ਸਹਿਣ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ। K-12 ਸਕੂਲ, ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ,

ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਸਿੱਖਿਆ, ਯੁਵਕ ਵਿਕਾਸ, ਅਤੇ ਡੇਅ ਕੈਂਪ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (ਪੰਜਾਬੀ) ਲਈ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ Department of Health (DOH, ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ) ਦੀਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਦੇਖੋ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ CDC ਦਾ ਭਾਗ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਖਾਸ ਸਮੂਹਾਂ ਲਈ ਸੋਚ-ਵਿਚਾਰ ਦੇਖੋ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, DOH ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਵਾਲਵਾਂ ਜਾਂ ਸੁਰਾਖਾਂ ਵਾਲੇ ਮਾਸਕਾਂ, ਜਾਂ ਇਕਹਿਰੀ ਪਰਤ ਵਾਲੇ ਸਕਾਰਫਾਂ ਅਤੇ ਗੁਲੁਬੰਦ ਮੁਖੌਟਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦੀ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਵਿੱਚ, ਕੁਝ ਖਾਸ ਕਿਸਮ ਦੇ ਮਾਸਕ ਜਾਂ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਉਪਕਰਣਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਵਾਲਵਾਂ ਵਾਲੇ ਉਪਕਰਣਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ Washington State Department of Health (DOH, ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ ਰਾਜ ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ) Washington State Department of Labor & Industries (L&I, ਵਾਸਿੰਗਟਨ ਰਾਜ ਕਿਰਤ ਅਤੇ ਉਦਯੋਗ ਵਿਭਾਗ) (ਸਿਰਫ਼ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ) ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਮਾਸਕ ਸੰਬੰਧੀ ਅਕਸਰ ਪੁੱਛੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਮਾਸਕਾਂ ਬਾਰੇ DOH ਦਾ ਵੈੱਬਪੇਜ (ਸਿਰਫ਼ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ) 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਮੌਜੂਦਾ ਸਰਕਾਰੀ ਹੁਕਮ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਹੁਕਮ

ਮੌਜੂਦਾ ਜਨਤਕ ਹੁਕਮ ਹੇਠਾਂ ਸੂਚੀਬੱਧ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ, ਜਿੱਥੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕੁਝ ਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਥਾਵਾਂ
- ਸੁਧਾਰਘਰ ਅਤੇ ਜੇਲ੍ਹ ਸਹੂਲਤਾਂ (ਬਾਲਗ ਕੈਦੀ ਅਤੇ ਜੇਲ੍ਹਾਂ)
- ਜਨਤਕ ਆਵਾਜਾਈ (ਸਿਰਫ਼ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ)

ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ ਰਾਜ ਦੇ Department of Health ਦਾ ਹੁਕਮ

Secretary of Health Mask Order (ਸਿਹਤ ਸਕੱਤਰ ਦੇ ਮਾਸਕ ਦੇ ਹੁਕਮ) (ਸਿਰਫ਼ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ) ਅਨੁਸਾਰ ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ ਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਅਤੇ ਬਾਲਗ ਕੈਦੀਆਂ ਅਤੇ ਜੇਲ ਸਹੂਲਤਾਂ ਲਈ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਟੀਕਾਕਰਣ ਹੋਇਆ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਨਹੀਂ, ਸੀਮਤ ਅਪਵਾਦਾਂ ਅਤੇ ਛੋਟਾਂ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ। ਲੋਕ ਇਸ ਹੁਕਮ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨ ਲਈ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਤੌਰ ਤੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹਨ, ਹਾਲਾਂਕਿ ਕਾਰੋਬਾਰਾਂ ਦੀ ਵੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਗਾਹਕਾਂ ਲਈ ਇਸ ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਕਰਨ। ਵਧੀਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਹੁਕਮਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖੋ।

ਸੰਘੀ ਆਰਡਰ

ਜਨਤਕ ਆਵਾਜਾਈ ਲਈ ਲੋੜਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ Centers for Disease Control and Prevention Order (ਰੋਗ ਨਿਯੰਤਰਣ ਅਤੇ ਰੋਕਥਾਮ ਕੇਂਦਰ ਦਾ ਹੁਕਮ) (ਸਿਰਫ਼ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ) ਵਿੱਚ ਮਿਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਹੁਕਮ ਅਨੁਸਾਰ ਸਾਰੇ ਜਨਤਕ ਆਵਾਜਾਈ ਅਤੇ ਆਵਾਜਾਈ ਕੇਂਦਰਾਂ ਵਿੱਚ ਯਾਤਰੀਆਂ ਨੂੰ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਹਵਾਈ ਜਹਾਜ਼ਾਂ, ਸਮੁੰਦਰੀ ਜਹਾਜ, ਕਿਸ਼ਤੀਆਂ, ਰੇਲਗੱਡੀਆਂ, ਸਬਵੇਅ, ਬੱਸਾਂ, ਟੈਕਸੀਆਂ ਅਤੇ ਸਾਂਝੀ-ਸਵਾਰੀ ਵਾਲੇ ਵਾਹਨ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਪਰ ਇੱਥੇ ਤੱਕ ਹੀ ਸੀਮਤ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਜਨਤਕ ਆਵਾਜਾਈ ਦੇ ਚਾਲਕਾਂ ਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਾਰੇ ਯਾਤਰੀਆਂ ਨੂੰ ਸਵਾਰ ਹੋਣ, ਉਤਰਨ ਅਤੇ ਯਾਤਰਾ ਦੌਰਾਨ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ CDC ਦਾ ਕਾਨੂੰਨੀ ਅਥਾਰਟੀਆਂ ਲਈ ਵੈੱਬਪੇਜ (ਸਿਰਫ਼ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ) 'ਤੇ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।

CDC ਅਨੁਸਾਰ ਜਨਤਕ ਜਾਂ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ K-12 ਸਕੂਲ ਪ੍ਰਣਾਲੀਆਂ ਜਾਂ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਆ/ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਦੁਆਰਾ ਸੰਚਾਲਿਤ ਬੱਸਾਂ ਜਾਂ ਵੈਨਾਂ ਵਿੱਚ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਉਹ ਆਪਣੀ ਮਰਜ਼ੀ ਅਨੁਸਾਰ, ਸਕੂਲ ਪ੍ਰਣਾਲੀਆਂ ਅਤੇ ECE ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਲਈ ਇਹ ਲੋੜ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਲੋਕ ਬੱਸਾਂ ਜਾਂ ਵੈਨਾਂ ਵਿੱਚ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣ। ਬੱਸ ਆਵਾਜਾਈ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ DOH ਦੀਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ K-12 ਸਕੂਲਾਂ, ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ, ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਸਿੱਖਿਆ, ਯੁਵਕ ਵਿਕਾਸ, ਅਤੇ ਡੇਅ ਕੈਂਪ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਵਿੱਚ ਕੋਵਿਡ-19 ਸੰਚਾਰ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨ ਲਈ ਲੋੜਾਂ ਅਤੇ ਹਿਦਾਇਤਾਂ (ਪੰਜਾਬੀ) ਦੇਖੋ।

ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ ਰਾਜ ਦੇ ਗਵਰਨਰ ਦੀ ਘੋਸ਼ਣਾ

ਗਾਹਕਾਂ ਅਤੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕਾਰੋਬਾਰਾਂ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਉਮੀਦਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਗਵਰਨਰ ਦੀ ਘੋਸ਼ਣਾ 20-25.19 ਕੋਵਿਡ-19 ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ ਰੈਡੀ (ਸਿਰਫ਼ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ) ਅਤੇ ਘੋਸ਼ਣਾ 21-08 – ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰਮਚਾਰੀ (ਸਿਰਫ਼ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ) ਵਿੱਚ ਸੂਚੀਬੱਧ ਹੈ।

ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ ਰਾਜ ਕਿਰਤ ਅਤੇ ਉਦਯੋਗ ਅਤੇ ਗਵਰਨਰ ਦੀ ਘੋਸ਼ਣਾ

ਹਾਲਾਂਕਿ ਉੱਪਰ ਸੂਚੀਬੱਧ ਗਵਰਨਰ ਦੀ ਘੋਸ਼ਣਾ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕਾਰਜ ਸਥਾਨਾਂ ਵਿੱਚ ਮਾਸਕ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਪਰ ਨਿੱਜੀ ਕਾਰੋਬਾਰਾਂ ਨੂੰ ਅਜੇ ਵੀ ਮਾਸਕ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜੇਕਰ ਉਹ ਇਸਦੀ ਚੋਣ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਕਮਰੇ ਦੇ ਨਿਯਮਾਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਕਰੋ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਗਵਰਨਰ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰਮਚਾਰੀ ਸੰਬੰਧੀ ਘੋਸ਼ਣਾ (ਸਿਰਫ਼ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ), ਅਨੁਸਾਰ ਕੁਝ ਕਰਮਚਾਰੀ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੁਝ ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਖਤਰੇ ਹਨ ਜਾਂ ਜੋ ਗੰਭੀਰ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਖਤਰੇ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਨੂੰ ਹਾਲੇ ਵੀ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣ ਦੀ ਜਾਂ ਅਜਿਹੀ ਚੋਣ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ; ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਕੋਲ ਆਪਣੀ, ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਲਈ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ। 2021 ਵਿੱਚ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਨੇ ਸਬਸਟੀਟਿਊਟ ਸੈਨੇਟ ਬਿੱਲ 5254 ਪਾਸ ਕੀਤਾ, ਜੋ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੌਰਾਨ ਇੱਕ ਕਰਮਚਾਰੀ ਦੇ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਹ ਰੱਖਿਆ ਹੁਣ Revised Code of Washington (RCW, ਵਾਸਿੰਗਟਨ

ਦਾ ਸੋਧਿਆ ਹੋਇਆ ਕੋਡ) 49.17.485 (ਸਿਰਫ਼ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ) ਵਿੱਚ ਦਰਜ ਹੈ। ਕਾਰਜ ਸਥਾਨਾਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ L&I ਦੀਆਂ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਲਈ ਲੋੜਾਂ ਅਤੇ ਹਿਦਾਇਤਾਂ (ਸਿਰਫ਼ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ) ਅਤੇ ਕਰਮਚਾਰੀ ਦਾ ਚਿਹਰਾ ਢੱਕਣ ਅਤੇ ਮਾਸਕ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਸੰਬੰਧੀ ਕੋਵਿਡ-19 ਬਾਰੇ ਆਮ ਸਵਾਲ (ਸਿਰਫ਼ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ) ਦੇਖੋ।

ਸਥਾਨਕ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਅਤੇ ਅਧਿਕਾਰੀ

ਸਥਾਨਕ ਸਿਹਤ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਕੋਲ ਆਪਣੇ ਅਧਿਕਾਰ ਖੇਤਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਫੈਲਾਅ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤਰਣ ਅਤੇ ਰੋਕਣ ਲਈ ਸਿਹਤ ਹੁਕਮਾਂ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ। ਇਹ ਹੁਕਮ ਰਾਜ ਵਿਆਪੀ ਆਦੇਸ਼ਾਂ ਨਾਲੋਂ ਵਧੇਰੇ ਸਖਤ ਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਘੱਟ ਸਖਤ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ। ਸਥਾਨਕ ਸਿਹਤ ਅਧਿਕਾਰ ਖੇਤਰ (ਸਿਰਫ਼ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ) ਨੂੰ ਦੇਖੋ ਅਤੇ ਉਸ ਖੇਤਰ ਲਈ ਸਾਰੇ ਸਿਹਤ ਹੁਕਮਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ।

ਸਿਫਾਰਿਸ਼ਾਂ

ਹਾਲਾਂਕਿ ਉਪਰੋਕਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਹਨਾਂ ਲੋੜਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸਦੀ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਸਮੇਂ ਕਿਹੜੀਆਂ ਖਾਸ ਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਮਾਸਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸੋਚ-ਵਿਚਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਆਮ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ਾਂ ਦੀ ਰੂਪਰੇਖਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸਦੀ ਹੈ।

ਗੈਰ-ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਸਮੂਹ ਦੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਲਈ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣ ਸੰਬੰਧੀ ਸਿਫ਼ਾਰਿਸ਼ਾਂ

ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਸੰਭਵ ਹੋਣ 'ਤੇ ਅੰਦਰੂਨੀ ਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਮਾਸਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਹੇਠਾਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸੈਕਟਰ ਸੰਬੰਧੀ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਦੇਖੋ।

- ਬੇਘਰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਸਾਈਟਾਂ (ਸਿਰਫ਼ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ)
- ਵਪਾਰਕ ਸਮੁੰਦਰੀ ਥਾਵਾਂ (ਸਿਰਫ਼ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ) (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਵਪਾਰਕ ਸਮੁੰਦਰੀ ਭੋਜਨ ਦੇ ਜਹਾਜ਼ (ਸਿਰਫ਼ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ), ਕਾਰਗੋ ਜਹਾਜ਼, ਕਰੂਜ਼ ਜਹਾਜ਼)
- ਭੀੜ ਭਰੀਆਂ ਕੰਮ ਦੀਆਂ ਥਾਵਾਂ (ਸਿਰਫ਼ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ) ਜਿੱਥੇ ਕੰਮ ਦੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ ਕਾਰਨ ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਗੋਦਾਮਾਂ, ਫੈਕਟਰੀਆਂ, ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਪੈਕਜਿੰਗ ਅਤੇ ਮੀਟ ਪ੍ਰੋਸੈਸਿੰਗ ਸਹੂਲਤਾਂ ਵਿੱਚ
- ਸਮੂਹਿਕ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਦੀਆਂ ਸਹੂਲਤਾਂ ਵਿੱਚ ਸਾਂਝੇ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਖੇਤਰ ਜਿਸ ਵਿੱਚ (ਬੈੱਡਰੂਮ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ) ਕੰਮ ਲਈ ਜੇਲ੍ਹੋਂ ਛੁੱਟੀ ਦੀਆਂ ਸਹੂਲਤਾਂ, ਪਰਿਵਰਤਨਸ਼ੀਲ ਰਿਹਾਇਸ਼ਾਂ, ਨਾਬਾਲਗਾਂ ਦੇ ਮੁੜ ਵਸੇਬੇ ਜਾਂ ਨਜ਼ਰਬੰਦੀ ਸਹੂਲਤਾਂ, ਅਤੇ ਅਸਥਾਈ ਕਰਮਚਾਰੀ ਰਿਹਾਇਸ਼ਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ
- ਅੰਦਰੂਨੀ ਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਜਿੱਥੇ ਲੋਕ ਬਾਲਗ ਕੈਦੀਆਂ, ਬਾਲਗ ਜੇਲ੍ਹਾਂ, ਨਾਬਾਲਗਾਂ ਦੇ ਮੁੜ ਵਸੇਬੇ ਦੀਆਂ ਸਹੂਲਤਾਂ, ਜਾਂ ਨਾਬਾਲਗਾਂ ਦੀ ਨਜ਼ਰਬੰਦੀ ਸਹੂਲਤਾਂ ਵਿੱਚ ਕੈਦ ਹੁੰਦੇ ਹਨ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਅਦਾਲਤ ਦੇ ਕਮਰੇ)।

ਜਿਹੜੇ ਲੋਕ ਉਪਰੋਕਤ ਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਜਦੋਂ ਇਹਨਾਂ ਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਮ ਲੋਕਾਂ ਵਾਂਗ ਹੀ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਜਦੋਂ ਉਹ ਬਾਹਰ ਆਪਣੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਹੋਣ)। ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਅਥਾਰਟੀਆਂ ਨੂੰ ਕੁਝ ਖਾਸ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿੱਚ ਮਾਸਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪ੍ਰਕੋਪਾਂ ਦੌਰਾਨ।

ਗੈਰ-ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਅਦਾਰੇ ਜਿੱਥੇ ਲੋਕ ਇਕੱਠੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਾਰੋਬਾਰ ਅਤੇ ਸੰਸਥਾਵਾਂ) ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਸਹੂਲਤਾਂ ਦੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਮਾਸਕ ਲਗਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਉਹ ਆਪਣੀ ਥਾਂ ਵਿੱਚ ਮਾਸਕ ਦੀ ਲੋੜ ’ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨ ਤਾਂ ਇਹਨਾਂ ਅਦਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਇਹਨਾਂ ਸਾਰੇ ਕਾਰਕਾਂ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ:

- ਥਾਂ ’ਤੇ ਵਾਇਰਸ ਦਾ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕ
    - ਜਿਹੜੇ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਸਾਰੇ ਟੀਕੇ ਨਹੀਂ ਲਗਵਾਏ ਹਨ, ਉਹ ਕੋਵਿਡ-19 ਅਤੇ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਵਧੇਰੇ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।
    - ਉਹ ਲੋਕ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੁਝ ਨਿਸ਼ਚਤ ਮੈਡੀਕਲ ਸਥਿਤੀਆਂ ਕਾਰਨ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੀ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਹੋਣ ਦਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਹੈ
- ਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਹਵਾਦਾਰੀ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ - ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਹੀਟਿੰਗ, ਵੈਂਟੀਲੇਸ਼ਨ ਅਤੇ ਏਅਰ ਕੰਡੀਸ਼ਨਿੰਗ ਸਿਸਟਮਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਵੀ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਵੀ ਦੋਵੇਂ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਸੁਵਿਧਾਵਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਸੰਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਹਵਾਦਾਰੀ ਵਿਕਲਪ ਲਈ ਵੈਂਟੀਲੇਸ਼ਨ ਅਤੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਸੰਚਾਰ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਹਵਾ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ (wa.gov) (ਸਿਰਫ਼ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ) ਅਤੇ ਇਮਾਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਹਵਾਦਾਰੀ | CDC (ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ) ਦੇਖੋ
- ਥਾਂ ਵਿੱਚ ਲੋਕਾਂ ਦੁਆਰਾ ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ
- ਥਾਂ ਵਿੱਚ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਸ਼ੱਕੀ ਜਾਂ ਪੁਸ਼ਟੀ ਹੋਏ ਪ੍ਰਕੋਪ - ਜਦੋਂ ਗੈਰ-ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਸਮੂਹ ਦੀ ਥਾਂ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਪ੍ਰਕੋਪ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਅੰਦਰੂਨੀ ਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣ ਦੀ ਜ਼ੋਰਦਾਰ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
- ਜਦੋਂ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਫੈਲਣ ਦੇ ਪੱਧਰ ਉੱਚੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ CDC ਅਤੇ DOH ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਘਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਵੀ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣ, ਭਾਵੇਂ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਟੀਕਾਕਰਣ ਹੋਇਆ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਨਹੀਂ। CDC ਕੋਵਿਡ-19 ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੇ ਪੱਧਰ (ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ) ਦੇਖੋ

ਇਹਨਾਂ ਅਦਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣ ਤੋਂ ਵਰਜਣਾ ਨਹੀਂ ਚਾਹੀਦਾ ਜੇਕਰ ਉਹ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਤੌਰ ’ਤੇ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣ ਸੰਬੰਧੀ ਸਿਫ਼ਾਰਿਸ਼ਾਂ ਅਤੇ ਜੋਖਮ-ਆਧਾਰਿਤ ਵਿਚਾਰਾਂ ਲਈ ਹੇਠਾਂ ਦੇਖੋ।

ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਤੌਰ ’ਤੇ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣ ਸੰਬੰਧੀ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ਾਂ

ਲੱਛਣਾਂ ਵਾਲੇ, ਪਾਜ਼ੀਟਿਵ ਟੈਸਟ ਵਾਲੇ ਜਾਂ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕੀ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਕੋਵਿਡ-19 ਟੈਸਟ ਪਾਜ਼ੀਟਿਵ ਆ ਜਾਵੇ (ਸਿਰਫ਼ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ), ਕੀ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਸੰਭਾਵਿਤ ਤੌਰ ’ਤੇ ਕਿਸੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆ ਗਏ ਹੋ (ਸਿਰਫ਼ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ), ਅਤੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਬਾਰੇ ਫੈਸਲਾ ਲੈਣ ਲਈ ਟ੍ਰੀ ਅਨੁਸਾਰ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੇਕਰ ਉਹ ਜਿਸ ਥਾਂ ਵਿੱਚ ਹਨ ਉਸ ਥਾਂ ’ਤੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਲੋੜਾਂ ਸੰਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਵਰਤਮਾਨ ਹੁਕਮਾਂ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਹੁਕਮਾਂ ਦਾ ਭਾਗ ਦੇਖੋ।

ਭਾਵੇਂ ਉਪਰੋਕਤ ਹਾਲਾਤਾਂ ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ ਵੀ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਵੀ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਜਿਵੇਂ ਨਿੱਜੀ ਜਾਂ ਭਾਈਚਾਰਕ ਪੱਧਰ ਦੇ ਜੋਖਮ ਦੁਆਰਾ ਸੂਚਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਉਸ ਅਨੁਸਾਰ ਆਪਣੀਆਂ ਨਿੱਜੀ ਤਰਜੀਹਾਂ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਕਾਰਕਾਂ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ:

- ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਟੀਕਾਕਰਣ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ, ਦੋਸਤਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਹੋਰ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਟੀਕਾਕਰਣ ਸਥਿਤੀ - ਜਿਹੜੇ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਸਾਰੇ ਟੀਕੇ ਨਹੀਂ ਲਗਵਾਏ, ਉਹ ਲੋਕ ਕੋਵਿਡ-19 ਲਈ ਅਤੇ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਵਧੇਰੇ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।
- ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਮੈਡੀਕਲ ਸਥਿਤੀਆਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ, ਦੋਸਤਾਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਹੋਰ ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ ਮੈਡੀਕਲ ਸਥਿਤੀਆਂ ਜੋ ਗੰਭੀਰ ਕੋਵਿਡ-19 ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਵਧਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ
- ਜਿਸ ਥਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ਉਹ ਕਿਹੋ ਜਿਹੀ ਹੈ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਭੀੜ-ਭੜੱਕੇ ਵਾਲੀ, ਖਰਾਬ ਹਵਾਦਾਰ ਵਾਲੀ)
- ਜਦੋਂ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਫੈਲਣ ਦੇ ਪੱਧਰ ਉੱਚੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ CDC ਅਤੇ DOH ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਘਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਵੀ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣ, ਭਾਵੇਂ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਟੀਕਾਕਰਣ ਹੋਇਆ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਨਹੀਂ। CDC ਕੋਵਿਡ-19 ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੇ ਪੱਧਰ ਦੇਖੋ

ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਰੋਤ

ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ ਵਿੱਚ ਵਰਤਮਾਨ ਕੋਵਿਡ-19 ਸਥਿਤੀ (ਪੰਜਾਬੀ), ਗਵਰਨਰ Inslee ਦੀਆਂ ਘੋਸ਼ਣਾਵਾਂ (ਸਿਰਫ਼ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ), ਲੱਛਣ (ਸਿਰਫ਼ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ), ਇਹ ਕਿਵੇਂ ਫ਼ੈਲਦਾ ਹੈ (ਸਿਰਫ਼ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ), ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਅਤੇ ਕਦੋਂ ਟੈਸਟ ਕਰਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ (ਸਿਰਫ਼ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ) ਬਾਰੇ ਅੱਪ-ਟੂ-ਡੇਟ ਰਹੋ। ਵਧੇਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਸਾਡੇ ਅਕਸਰ ਪੁੱਛੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸਵਾਲ (ਸਿਰਫ਼ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ) ਦੇਖੋ।

ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਨਸਲ/ਜਾਤੀ ਜਾਂ ਕੌਮੀਅਤ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿੱਚ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜੋਖਮ ਦਾ ਕਾਰਨ ਨਹੀਂ ਬਣਦੀ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਡੇਟਾ ਤੋਂ ਪਤਾ ਚਲਦਾ ਹੈ ਕਿ ਗੈਰ-ਗੋਰੇ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਕੋਵਿਡ-19 ਨੇ ਅਸਮਾਨ ਰੂਪ ਵਿੱਚ

ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕੀਤਾ ਹੈ- ਇਹ ਨਸਲਵਾਦ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਅਤੇ ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਸੰਰਚਨਾਤਮਕ ਨਸਲਵਾਦ ਦੇ ਕਾਰਨ ਹੈ, ਜੋ ਕੁਝ ਸਮੂਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਦੇ ਘੱਟ ਮੌਕੇ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਆਗਿਆਨਤਾ ਬਿਮਾਰੀ ਨਾਲ ਲੜਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ (ਸਿਰਫ਼ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ)। ਅਫਵਾਹਾਂ ਅਤੇ ਗਲਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਫੈਲਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਲਈ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਸਹੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਾਂਝੀ ਕਰੋ।

- ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ ਰਾਜ Department of Health 2019 ਨੋਵਲ ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਦੀ ਮਹਾਮਾਰੀ (ਕੋਵਿਡ-19) (ਪੰਜਾਬੀ)
- ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ ਰਾਜ ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਪ੍ਰਤਿਕਿਰਿਆ (ਕੋਵਿਡ-19) (ਪੰਜਾਬੀ)
- ਆਪਣਾ ਸਥਾਨਕ ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ ਜਾਂ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਲੱਭੋ (ਸਿਰਫ਼ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ)
- CDC ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ (ਕੋਵਿਡ-19) (ਸਿਰਫ਼ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ)
- ਬੋਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਪਹੁੰਚਯੋਗ, ਦੋਸਤਾਨਾ ਫੇਸ ਮਾਸਕ ਕਿਵੇਂ ਬਣਾਇਆ ਜਾਵੇ (HSDC) (ਸਿਰਫ਼ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ)

ਕੋਈ ਹੋਰ ਸਵਾਲ ਹਨ? ਸਾਡੀ ਕੋਵਿਡ-19 ਸੂਚਨਾ ਹੌਟਲਾਈਨ ’ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ: 1-800-525-0127
ਸੋਮਵਾਰ – ਸਵੇਰੇ 6 ਵਜੇ ਤੋਂ ਰਾਤ 10 ਵਜੇ ਤੱਕ, ਮੰਗਲਵਾਰ – ਐਤਵਾਰ ਅਤੇ ਰਾਜ ਵੱਲੋਂ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਛੁੱਟੀਆਂ (ਸਿਰਫ਼ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ), ਦੌਰਾਨ ਸਵੇਰੇ 6 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 6 ਵਜੇ ਤੱਕ। ਦੋਭਾਸ਼ੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ, ਜਦੋਂ ਉਹ ਜਵਾਬ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ # ਦਬਾਓ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦਾ ਨਾਮ ਦੱਸੋ। ਤੁਹਾਡੀ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ, ਕੋਵਿਡ-19 ਦਾ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣ ਜਾਂ ਟੈਸਟ ਦੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਦੇ ਬਾਰੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਲਈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਇਸ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਫਾਰਮੈਟ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੀ ਬੇਨਤੀ ਕਰਨ ਲਈ, 1-800-525-0127 ‘ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਬਹਿਰੇ ਜਾਂ ਘੱਟ ਸੁਣਨ ਵਾਲੇ ਗਾਹਕ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ 711 (Washington Relay) ‘ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ civil.rights@doh.wa.gov ‘ਤੇ ਈਮੇਲ ਭੇਜੋ।

ਅੰਤਿਕਾ A: ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ

ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਥਾਂ

Secretary of Health's Mask Order (ਸਿਹਤ ਸਕੱਤਰ ਦੇ ਮਾਸਕ ਸੰਬੰਧੀ ਹੁਕਮ) (ਸਿਰਫ਼ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ) ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ, ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਅਤੇ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਵਾਂ, ਕੋਈ ਵੀ ਜਨਤਕ ਜਾਂ ਨਿੱਜੀ ਥਾਂ ਜੋ ਮੁੱਖ ਤੌਰ 'ਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਕੁਝ ਛੋਟਾਂ ਦੇ ਨਾਲ। ਜੇਕਰ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੀ ਸਹੂਲਤ ਵਿੱਚ ਸਥਿਤ ਹੈ ਜੋ ਮੁੱਖ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਿਹਤ-ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਡਿਲਿਵਰੀ ਲਈ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕੋਈ ਹਸਪਤਾਲ, ਤਾਂ ਇਹ ਇੱਕ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਸਹੂਲਤ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਹੈ ਜਾਂ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਸ ਪੂਰੀ ਸਹੂਲਤ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚਿਹਰੇ ਨੂੰ ਢੱਕਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ, ਚਿਹਰਾ ਢੱਕਣ ਦਾ ਹੁਕਮ ਅਪਵਾਦ ਅਤੇ ਛੋਟਾਂ ਦੇ ਅਧੀਨ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੀ ਸਹੂਲਤ ਵਿੱਚ ਸਥਿਤ ਹੈ ਜੋ ਮੁੱਖ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਉਦੇਸ਼ ਲਈ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਿਸੇ ਕਰਿਆਨੇ ਦੀ ਦੁਕਾਨ ਦੇ ਅੰਦਰ ਫਾਰਮੈਸੀ ਜਾਂ ਸਕੂਲ ਨਰਸ ਦਾ ਦਫ਼ਤਰ, ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਥਾਂ ਜਾਂ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸਿਰਫ਼ ਉਹ ਖੇਤਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਮੁੱਖ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਡਿਲੀਵਰੀ ਲਈ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਸਹੂਲਤ ਦੇ ਦੂਜੇ ਖੇਤਰਾਂ ਲਈ ਨਹੀਂ। ਚਿਹਰਾ ਢੱਕਣ ਦੇ ਹੁਕਮ ਵਿੱਚ ਅਪਵਾਦਾਂ ਅਤੇ ਛੋਟਾਂ ਦੇ ਅਧੀਨ, ਮੁੱਖ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਡਿਲਿਵਰੀ ਲਈ ਵਰਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਚਿਹਰਾ ਢੱਕਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਹੇਠਾਂ ਨਾ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੋਵੇ, ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਕ੍ਰੈਡੈਂਸ਼ੀਅਲ ਲੋੜਾਂ (ਸਿਰਫ਼ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ) ਸੂਚੀ ਵਿੱਚ ਸੂਚੀਬੱਧ ਕ੍ਰੈਡੈਂਸ਼ੀਅਲ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਾਨੂੰਨ ਦੁਆਰਾ ਕ੍ਰੈਡੈਂਸ਼ੀਅਲ ਰੱਖਣ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਸਾਰੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਮੁਲਾਕਾਤੀਆਂ ਨੂੰ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਦੀਆਂ ਅੰਦਰੂਨੀ ਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀ ਸੂਚੀ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਅਤੇ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਗੈਰ-ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸੂਚੀ ਹੈ:

- ਤੀਬਰ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਸਹੂਲਤਾਂ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਪਰ ਇੱਥੇ ਤੱਕ ਹੀ ਸੀਮਤ ਨਹੀਂ;
- ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਤੀਬਰ ਦੇਖਭਾਲ ਵਾਲੀਆਂ ਸਹੂਲਤਾਂ;
- ਦਾਖਲ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਮੁੜ ਵਸੇਬੇ ਦੀਆਂ ਸਹੂਲਤਾਂ;
- ਦਾਖਲ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਵਿਵਹਾਰ ਸੰਬੰਧੀ ਸਿਹਤ ਸਹੂਲਤਾਂ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਮੁਲਾਂਕਣ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਸਹੂਲਤਾਂ, ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਇਲਾਜ ਸਹੂਲਤਾਂ, ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਡੀਟੌਕਸ ਸਹੂਲਤਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਪਰ ਇੱਥੇ ਤੱਕ ਸੀਮਤ ਨਹੀਂ;
- ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵਾਲੀਆਂ ਸਹੂਲਤਾਂ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਨਰਸਿੰਗ ਹੋਮ, ਜੀਵਨ ਸਹਾਇਕ ਸਹੂਲਤਾਂ, ਬਾਲਗ ਪਰਿਵਾਰਕ ਘਰ, ਉਹ ਥਾਵਾਂ ਜਿੱਥੇ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਭਾਈਚਾਰਕ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ

ਸਹਾਇਤਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਅਤੇ ਸੁਧਰੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀਆਂ ਸਹੂਲਤਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਪਰ ਇੱਥੇ ਤੱਕ ਹੀ ਸੀਮਤ ਨਹੀਂ;

- ਮੋਬਾਈਲ ਕਲੀਨਿਕ ਜਾਂ ਹੋਰ ਵਾਹਨ ਜਿੱਥੇ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ;
- ਹਸਪਤਾਲ ਤੋਂ ਛੁੱਟੀ ਲੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੀਆਂ ਸਹੂਲਤਾਂ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਡਾਇਲਸਿਸ ਕੇਂਦਰਾਂ, ਡਾਕਟਰੀ ਦਫ਼ਤਰਾਂ, ਅਤੇ ਵਿਵਹਾਰ ਸੰਬੰਧੀ ਸਿਹਤ ਸਹੂਲਤਾਂ (ਸਮੇਤ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀ, ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸਲਾਹਕਾਰਾਂ, ਅਤੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸੰਬੰਧੀ ਵਿਗਾੜ ਵਾਲੇ ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਂ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ) ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਪਰ ਇੱਥੇ ਤੱਕ ਹੀ ਸੀਮਤ ਨਹੀਂ ਹਨ;
- ਦੰਦਾਂ ਅਤੇ ਦੰਦਾਂ ਸੰਬੰਧੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਹੂਲਤਾਂ;
- ਓਪਟੋਮੈਟਰੀ ਅਤੇ ਓਪਥੈਲਮੋਲੋਜੀ ਵਿਗਿਆਨ ਦੀਆਂ ਸਹੂਲਤਾਂ;
- ਫਾਰਮੇਸੀਆਂ (ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਚੂਨ ਖੇਤਰ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹਨ);
- ਮਸਾਜ ਥੈਰੇਪੀ ਦਫ਼ਤਰ (ਇਸ ਵਿੱਚ ਨਿਰਧਾਰਤ ਖੇਤਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਜਿੱਥੇ ਮਸਾਜ ਗੈਰ-ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਥਾਵਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਪਾ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ/ਫਿੱਟਨੈੱਸ ਕੇਂਦਰਾਂ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ);
- ਕਾਇਰਪ੍ਰੈਕਟਿਕ ਦਫ਼ਤਰ;
- ਦਾਈ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਿਰਫ਼ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਜਨਮ ਕਰਵਾਉਣ ਵਾਲੇ ਕੇਂਦਰ;
- ਇਕਾਂਤਵਾਸ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਕੁਆਰੰਟੀਨ ਸਹੂਲਤਾਂ;
- ਐਂਬੂਲੇਟਰੀ ਸਰਜੀਕਲ ਸਹੂਲਤਾਂ;
- ਜ਼ਰੂਰੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕੇਂਦਰ;
- ਅਨਾਥ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਦੇਖਭਾਲ ਕੇਂਦਰ; ਅਤੇ
- ਥਾਵਾਂ ਜਿੱਥੇ ਘਰੇਲੂ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ, ਘਰੇਲੂ ਦੇਖਭਾਲ, ਨਿੱਜੀ ਦੇਖਭਾਲ, ਜਾਂ ਅਨਾਥ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਵੱਲੋਂ ਪੈਸੇ ਲੈ ਕੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਥਾਵਾਂ ਅਤੇ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹਨ:

- ਥਾਵਾਂ ਜਿੱਥੇ ਖੇਡਾਂ ਅਤੇ ਦਰਸ਼ਕ ਸਮਾਗਮਾਂ ਜਾਂ ਹੋਰ ਇਕੱਠਾਂ ਦਾ ਆਯੋਜਨ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ (ਸਮੇਤ ਜਦੋਂ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਐਥਲੈਟਿਕ ਟ੍ਰੇਨਰ ਖਿਡਾਰੀਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ), ਮੁੱਖ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਡਿਲਿਵਰੀ ਲਈ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਖੇਤਰਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਨਿਰਧਾਰਤ ਮੁੱਢਲੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇ ਖੇਤਰ (ਜੋ ਕਿ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਹਨ);
- Department of Children, Youth & Families (DCYF, ਬੱਚਿਆਂ, ਯੁਵਕਾਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦਾ ਵਿਭਾਗ)-ਲਾਇਸੰਸਸ਼ੁਦਾ ਪਾਲਣ-ਪੋਸਣ ਵਾਲੇ ਘਰ, ਜੋ ਮੁੱਖ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਹਨ;
- ਖੋਜ ਸਹੂਲਤਾਂ ਜਿੱਥੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕੋਈ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ;

- ਪਸ਼ੂਆਂ ਲਈ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਕੇਂਦਰ;
- ਜਾਨਵਰ ਨਿਯੰਤਰਣ ਏਜੰਸੀਆਂ;
- ਗੈਰ-ਵਪਾਰਕ ਮਨੁੱਖੀ ਸੋਸਾਈਟੀਆਂ; ਅਤੇ
- ਭੰਗ ਦੇ ਰਿਟੇਲ ਆਊਟਲੇਟ, ਜਿੱਥੇ ਭੰਗ ਦੇ ਮੈਡੀਕਲ ਸਲਾਹਕਾਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਜੇ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਸਹੂਲਤ ਲਈ ਬਾਹਰੀ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਵੀ ਮਾਸਕ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਨਿਯਮਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਉਪਰੋਕਤ "ਕਮਰੇ ਦੇ ਨਿਯਮ" ਦੇਖੋ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਵਿਸਤ੍ਰਿਤ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਲਈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸਰੋਤ ਕੰਟਰੋਲ ਸੰਬੰਧੀ ਹਿਦਾਇਤਾਂ (ਸਿਰਫ਼ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ) ਅਤੇ ਕੁਝ ਨਿਸ਼ਚਤ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਸਹੂਲਤਾਂ ਲਈ ਮੁਲਾਕਾਤੀਆਂ ਸੰਬੰਧੀ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਲਈ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਸੰਕਰਮਣ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ (ਸਿਰਫ਼ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ) ਪੰਨੇ 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਕਮਰੇ ਦੇ ਨਿਯਮ

ਕਾਰੋਬਾਰਾਂ, ਸੰਸਥਾਵਾਂ, ਸਹੂਲਤਾਂ ਅਤੇ ਅਦਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅਦਾਰਿਆਂ ਜਾਂ ਸਹੂਲਤਾਂ ਵਿੱਚ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣ ਦੇ ਆਪਣੇ ਨਿਯਮ ਤੈਅ ਕਰਨ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ। ਕਾਰੋਬਾਰਾਂ ਨੂੰ L&I ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ (ਸਿਰਫ਼ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ) ਅਨੁਸਾਰ ਸਾਰੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਬਾਹਰੀ ਥਾਵਾਂ) ਵਿੱਚ ਸਿਹਤ ਸਕੱਤਰ ਦੇ ਮਾਸਕ ਸੰਬੰਧੀ ਹੁਕਮ (ਸਿਰਫ਼ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ) ਤੋਂ ਵੱਧ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਮਾਸਕ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਸਥਾਨਕ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਅਧਿਕਾਰੀ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਫੈਲਾਅ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਵਧੇਰੇ ਸੁਰੱਖਿਆਤਮਕ ਮਾਸਕ ਲਈ ਵੀ ਹੁਕਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਨਿਯਮ ਸਿਹਤ ਸਕੱਤਰ ਦੇ ਮਾਸਕ ਸੰਬੰਧੀ ਹੁਕਮ (ਸਿਰਫ਼ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ), ਨਾਲੋਂ ਵਧੇਰੇ ਸੁਰੱਖਿਆਤਮਕ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਇਹ ਘੱਟ ਸੁਰੱਖਿਆਤਮਕ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ।

ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਕੁਝ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਲਗਾਤਾਰ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਉਹ ਅਜਿਹੀ ਚੋਣ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਜਨਤਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਨ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ ਭਾਵੇਂ ਰਾਜ ਜਾਂ ਸਥਾਨਕ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣ ਦੇ ਹੁਕਮ ਲਾਗੂ ਨਾ ਵੀ ਹੋਣ। ਖੁਦ ਦੀ, ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣ ਦੀ ਚੋਣ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਕਰੋ। ਨੋਟ ਕਰੋ ਕਿ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਛਾਣ ਦੇ ਉਦੇਸ਼ਾਂ ਵਰਗੀਆਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਇਸ ਨੂੰ ਕੁਝ ਸਮੇਂ ਲਈ ਹਟਾਉਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।